



Ciabatta

Zutaten

- 250 g Mehl
- 180 mL Wasser
- 1 Packung Trockenhefe (ca. 7 g)
- 6 g Salz
- Ca. 2 EL Olivenöl

Infos

Portion: 1 Brotlaib oder
2 kleine Laibe

Arbeitszeit: 40 min

(aber genug Zeit
einplanen wegen dem
Vorteig)

Brennwert: bei 2 Laiben ca.
518 kcal pro Laib

Zubereitung

- Für den Vorteig 125 g Mehl mit 90 mL Wasser und 4-5 g Trockenhefe mischen und etwa 3 min verquirlen, 1 EL Olivenöl dazugeben, etwas kneten und dann über Nacht an einem warmen Ort gehen lassen
- Am nächsten Tag das restliche Mehl und den Rest Trockenhefe hinzugeben und gut durchmischen
- Salz hinzugeben und nach und nach unter Kneten erneut 90 mL Wasser hinzufügen und danach noch 5 min weiterkneten (ergibt einen glitschigen Teig)
- Den Teig in eine mit ca. einem EL Olivenöl eingeeölte Schüssel geben und 1 Stunde ruhen lassen
- Teig leicht durchkneten und auf eine mit viel Mehl bestreute Arbeitsfläche platzieren und weitere 30 min ruhen lassen
- Backofen auf 240°C vorheizen und aus dem Teig einen langen, flachen Laib formen (alternativ kann man daraus auch 2 kleine Laibe formen, die sich gut für Sandwich eignen), den man für weitere 10 min auf Backpapier ruhen lässt
- Etwa 25 min backen



www.my-yasilicious.com

www.facebook.com/yasilicious

www.youtube.com/yasiliciousDE